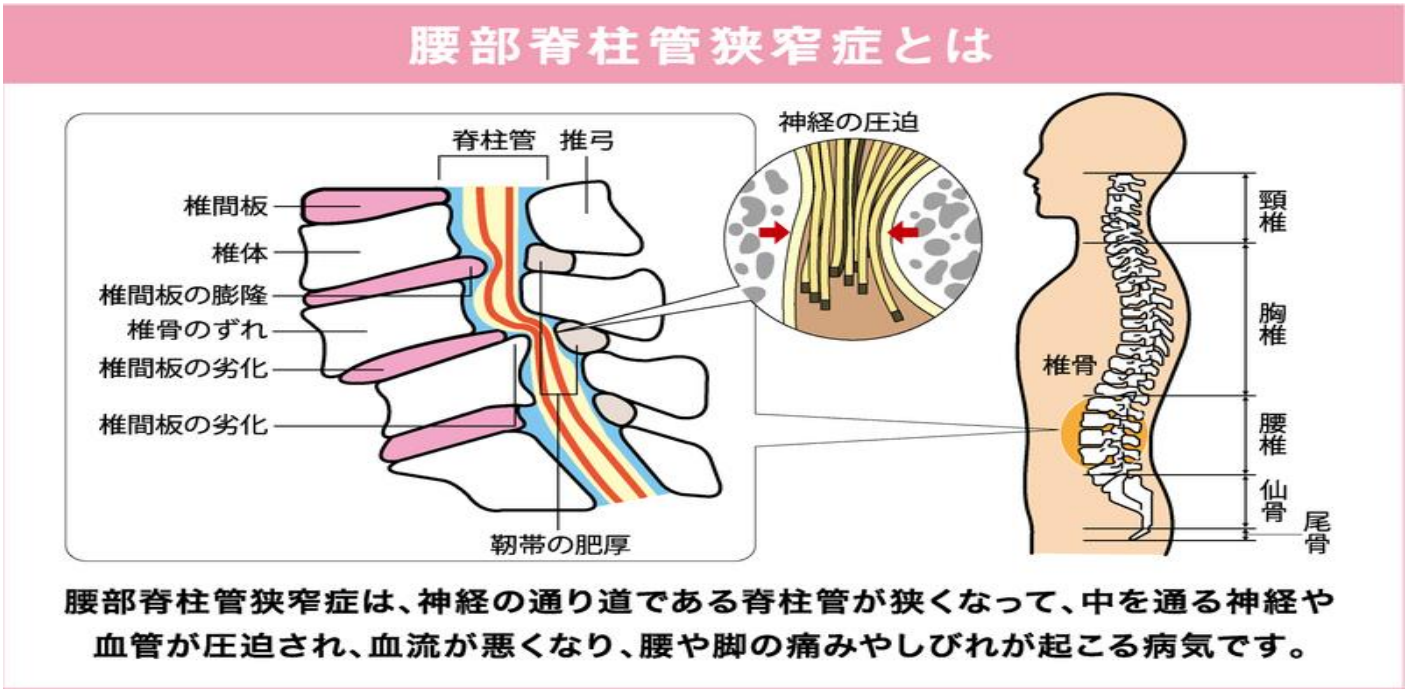
安井鍼灸整骨院 NEWS VOL. ６６（３月）

こんにちは。安井鍼灸整骨院です。今回は、腰部脊柱管狭窄症についてです。

腰部脊柱管狭窄症はどんな病気？

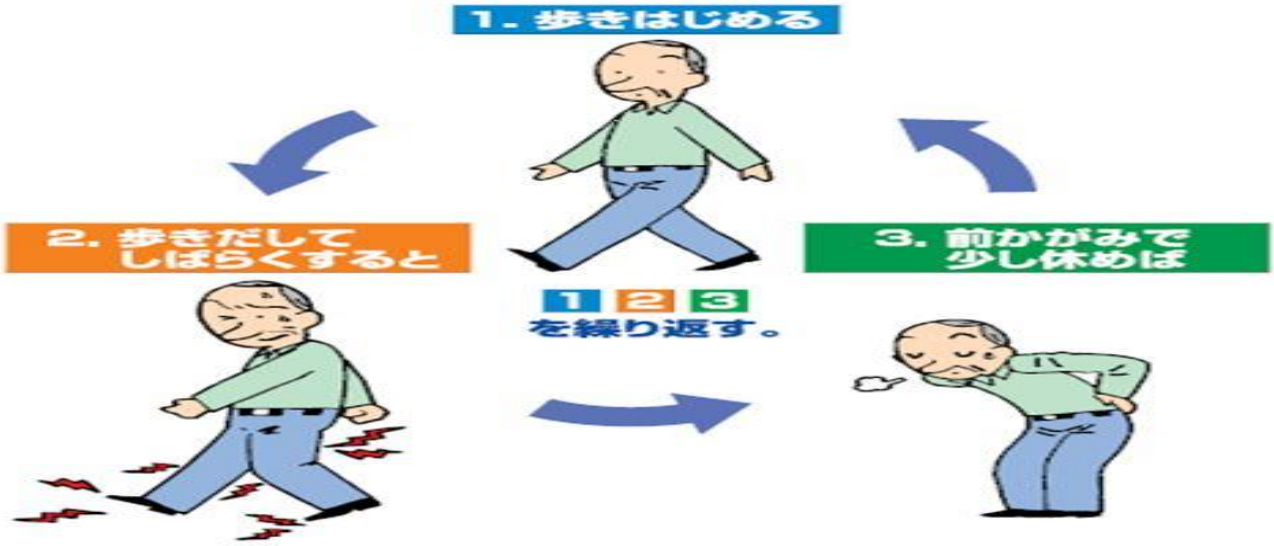
脊椎は、椎骨と呼ばれる骨が積み重なってできています。一つ一つの椎骨には穴（椎孔、ついこう）が空いており、1 本の管のようになっています。これを脊柱管といい、その中には脊髄とそれに続く馬尾（ばび）神経が入っています。しかし、老化などの影響で椎間板や腰椎が変形・変性して、脊柱管が狭まると、その中を通っている馬尾神経が圧迫されてしまいます。馬尾神経は、脚部の神経をコントロールしている神経なので、圧迫されると神経の働きが乱されて、足に痛みやしびれが起こったり、動きが悪くなったりするのです。脊柱管の狭窄は、加齢性の変化で、椎間板の変性や骨の変形、靱帯の緩みなどが原因になります。また、生まれつき脊柱管が狭いために発症するケースもあるようです。一般的に、腰椎椎間板ヘルニアは若い世代に多く、腰部脊柱管狭窄症は 40 歳以上の中高年が発症しやすいとされています。ただ、下肢の血栓性静脈炎、動脈硬化症といった血流障害でも同様の症状が出ます。病院で正確な診断をしてもらいましょう。



腰部脊柱管狭窄症の症状

この病気では、腰痛はそれほど強くありません。背筋を伸ばして立ったり歩いたりすると、脊柱管が狭まり、馬尾神経がさらに圧迫されるため、下肢のしびれ、足のもつれなどが生じます。200～300m歩いただけでもこのような症状が出るので、長い距離を続けて歩くのが困難になります。

しかし、しばらく前かがみになって休むと、症状が治まり、また歩けるようになるのが特徴です。このように歩行と休息を繰り返す状態を「間歇性跛行（かんけつせいはこう）」といいます。特に、朝や寒い季節に症状が出やすいという特徴があります。通常、歩くことは筋力の強化に役立つとして推奨されますが、この病気の場合は症状を悪化させる可能性があります。腰部脊柱管狭窄症が進行すると、仰向けになっても足のしびれが起こって、からだを横にして背中を丸めないと眠れなくなるほか、排尿・排便障害を起こすこともあります。



腰部脊柱管狭窄症の治療

保存的治療

軽いしびれなど症状が軽い場合は、安静、薬剤の投与、コルセット装着、牽引等を行い、症状が強い場合、神経や硬膜外の痛み止めの注射（ブロック）で治療します。

手術による治療

2 から 3 カ月の保存的療法による効果が思わしくない場合や、麻痺が進行している場合、歩行障害が明らかな場合などは手術をして、神経の圧迫を取り除き症状の軽快や進行予防をはかる必要があります。 また、前述の急性馬尾症候群の時は緊急手術による脊髄神経の減圧が必要です。手術は一般的には腰椎開窓術が行われます。

安井鍼灸整骨院　０７８－９９５－９４６１　新患の方は、来院前に予約の御協力をお願いします。
9：00～12：00　16：00～21：00(月～金)　８：３０～13：00　16：00～20：00(土)
駐車場正面に２台　キッズスペースあり　夜２０：３０まで受付　詳しくは HP をご覧ください。
兵庫県明石市大久保町大窪１９２１番地の１クレージュ山手１０１号(カラオケまねきねこ横)